

можна сподіватися, що запропонований підхід розширить коло можливих виконавських рішень.

Література

1. Анохин П.К. *Очерки по физиологии функциональных систем.* – М.: Медицина, 1975.
2. Бадюра-Скода Е.и П. *Интерпретация Моцарта.* – М.: Музыка, 1972.
3. Бах И.С. *Клавир хорошего строя.* Ч.1. /Ред.Ф.Бузони. – М.-Л.: Музгиз, 1941.
4. Браудо И. *Артикуляция (О произношении мелодии).* – Л.: Музыка, 1973.
5. Вагнер Р. [Музыкально-эстетические фрагменты]. – В кн.: *Музыкальная эстетика Германии XIX века. В 2-х т. Т.2.* – М.: Музыка, 1972.
6. Голубовская Н.И. *Искусство педализации.* – Л.: Музыка, 1974.
7. Грубер Р.И. *История музыкальной культуры.* В 2-х т. Т.1. Ч.1. – М.-Л.: Музгиз, 1941.
8. Курт Э. *Основы линейного контрапункта.* – М.: Музгиз, 1931.
9. Мартинсен К. *К методике фортепианного обучения.* – В кн.: *Выдающиеся пианисты-педагоги о фортепианном искусстве.* – М.-Л.: Музыка, 1966.
10. Мильштейн Я. *Хорошо темперированный клавир И.С.Баха и особенности его исполнения.* – М.: Музыка, 1967.
11. *Музыкальная эстетика западноевропейского средневековья и Возрождения.* – М.: Музыка, 1966.
12. Фейербах Л. *Избранные философские произведения.* В 2-х т. Т.1. – М.: Политиздат, 1955.
13. Христов Д. *Теоретические основы мелодики.* – М.: Музыка, 1980.
14. Швейцер А. *Иоганн Себастьян Бах.* – М.: Музыка, 1965.

УДК 78.011.31

Ткаченко Т. В.

ЗАСТОСУВАННЯ ВОКАЛОТЕРАПІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ПЕДАГОГІЧНОГО ВУЗУ

Стаття друкується за результатами
XVI конференції ЕРТА – асоціації педагогів – піаністів України.

В статтє рассматриваются актуальные вопросы вокало-терапии в образовательном процессе педагогического университета, раскрываются ее возможности улучшить физическое здоровье будущих учителей музыки.

Ключевые слова: *музико-терапия, вокало-терапия, звуковая культура, профессиональная деятельность.*

The article discusses current issues vocal therapy in the educational process Normal University, discovers its ability to improve the physical health of future teachers muzyky.

Keywords: *music-therapy, vocal-therapy, sound culture, professional-activities.*

Специфіка педагогічної діяльності, її психоемоційні перевантаження, стресові ситуації, перевтомлення голосового апарату (статистика без перебільшення доводить, що кожен третій викладач хворіє на незімкнення зв'язок) зумовлює звернення до вокалотерапії як давнього та вірного методу оздоровлення фізичного стану вчителя. Ще Піфагор звертав увагу на силу музики, стверджуючи, що від того, в яких ладах і ритмах лунає музика і спів, залежить добробут держави. Немає гіршого для виховання молоді, для її фізичного і духовного розвитку, як викреслити ніжну, ліричну музику. Не викликає сумніву, що спів з давніх часів супроводжує людину в усіх ситуаціях. О. Кошиць стверджував, що українська народна пісня зберегла нас як націю, врятувала від духовного зубожіння. Тому проблема музико-терапії й зокрема вокало-терапії вимагає поглибленого дослідження та впровадження в освітній процес.

Цією проблемою займаються відомі вчені - М. Лазарев, В. Петрушин, Є. Макаров, А. Попов, суто вокалотерапією - Г. Побережна, Т. Ткаченко.

Отже, важливо розкрити значимість вокалотерапії як одного з важливих чинників розвитку духовної та фізичної культури майбутнього вчителя.

Спів зароджувався в колиці людства, він передував структурованій мові, супроводжував лепет немовляти і новонародженої людини. Спів відображає повсякденність, стан душі і звільняє емоції, звільняє від тягара слова, перетворюючи їх на більш значимі звуки; є чудовим помічником пам'яті, оскільки в народі часто пов'язують пісні із значимою подією. Спів відновлює діалог з тими, хто втратив дар мови, виявився в ізоляції або занурився в собі. Спів органічно вписується в систему освіти і виховання, супроводжуючи її педагогічно коректною низкою оцінок, надбань і обмежень.

Співають всі народи світу, при цьому існує пряма залежність пісенності і здоров'я нації. Слід зауважити, що українці - одна з «найспівучих» націй у світі. Спів допомагає збереженню генофонду нації. Відомий французький музикотерапевт, композитор і співак Філіпп Барраке у своїх дослідженнях доводить, що музика і вокал мають оздоровлюючу, лікувальну дію на різні системи організму: ендокринні залози, серцево-судинну систему, шлунково-кишковий тракт, укріплюють імунну систему. При цьому автор розглядає оновлені стани свідомості, що викликані звуком і реструктуруючою дією голосу на клітини головного мозку, ендокринні залози, функцію серцево-судинної системи і енергетичні центри людського організму.

Ми доводимо, що лікування вокалом допомагає протистояти стресу, депресії, а головне - сприяє досягненню внутрішньої гармонії, що і є основою зцілення від багатьох недуг.

Музика і спів приносить нам задоволення, насолоду. Що ж відбувається? У складній лабораторії нашого мозку спеціальними нейронами на верхівці

ствола мозку виділяється гормон задоволення – дофамін. Вочевидь при вокалізах, прослухуванні приємної музики у нас з'являються відчуття, ми бачимо кольори, думки образи, ми відчуваємо сильні позитивні емоції, це призводить до полегшення болю на фізичному рівні, врівноважує психоемоційний стан і в цілому благотворно впливає на організм, зцілюючи його.

Музикотерапія – це метод, який використовує музику в якості засобу корекції емоційних відхилень у поведінці, при комунікативних труднощах, а також для лікування різноманітних соматичних та психосоматичних захворювань. Ідея музикотерапії дуже стара. Використання музики в лікувальних і профілактичних цілях відоме вже не менше 2500 років. Ще давньогрецький мислитель, математик і спортсмен Піфагор застосовував музику в лікувальних цілях. Аристотель вважав, що музика через катарсис знімає тяжкі психічні захворювання, що її вплив рівнозначний сильнодіючим лікам. В епоху середньовіччя метод музикотерапії застосовувався для лікування широко розповсюдженої епідемії хореоманії (танці Святого Вітта). Тоді ж в Італії отримало широке розповсюдження лікування музикою тарентизму – тяжкого психічного захворювання, яке викликане укусом отруйного павука – тарантула.

Російська музикотерапія веде свій початок з кінця XIX століття, досліджень І. Догеля і І. Тарханова. І. Догелю вдалося виявити зміни дихання та артеріального тиску у людей від різної музики. В. Бехтерев вважав, що за допомогою музичного ритму можна встановити рівновагу в діяльності нервової системи дитини, знизити занадто збуджений темперамент і розтормозити заторможених людей, урегулювати неправильні і зайві рухи (Г. Шипулін ще в 1928 році відзначив благотворний вплив ритмічних вправ на дитячий колектив з підвищеною нервовою роздратованістю. У 70-80-ті роки було видано кілька монографій, присвячених музикотерапії, в кожній з яких є розділи відносно пристосування музики з лікувальною метою. Сучасні дослідження показали, що можливості застосування музикотерапії широкі і включають різноманітні програми.

У своїй практиці ми підбираємо музичні твори відповідно емоційного стану («ізопринцип» - подібна емоція лікується подібною музикою). Якщо ми пов'язані з агресивними людьми, то акцент варто робити на агресивну, збудливу музику. Підбір музичного матеріалу ми будемо на базі поступової зміни настрою, динаміки та темпу з урахуванням емоційного навантаження: перший музичний твір повинен бути визначальним для атмосфери всього заняття, повинен налагоджувати контакти між людьми, готувати для подальших прослуховувань. Спокійний твір чинить розслаблюючу дію (Й.С. Бах – Ш. Гуно «Ave Maria», Й Штраус «Голубий Дунай») Другий твір – за характером напружений, який виявляє загальний настрій у дітей, несе основне навантаження, стимулює інтенсивні емоції, дає емоційне розвантаження. Так, «Літо. Presto» А. Вівальді з циклу «Пори року», «Маленька нічна серенада» В.А. Моцарта сприяють зняттю агресивних імпульсів, фізичної агресії. Третій твір знімає напругу, створює умови спокою. Він зазвичай створює спокійний, життєстверджуючий стан, який дає заряд бадьорості, енергії, оптимізму

(«Менует» Л. Боккеріні, «Ода до радості» Л. ван Бетховена, «Іспанське каприччіо» М.А. Римського – Корсакова).

Використовуючи матрицю В. І. Петрушина щодо кодування стану через музику, ми отримуємо такий настрій, який передається різноманітною за характером музикою:

- повільний темп + мінорне забарвлення = настрій задумливий, сумний, скорботний, трагічний;

- повільний темп + мажорне забарвлення = характер творів спокійний, урівноважений;

- швидкий темп + мінорне забарвлення = характер напружено-драматичний, схвильований, пристрасний, протестуючий, неспокійний, наступально-вольовий;

- швидкий темп + мажорне забарвлення = музика радісна, життєстверджувальна, весела.

Таким чином, ми визначаємо комплекс музичних творів, відповідних певному емоційному стану людей.

Вокалотерапія є різновидом музикотерапії. Це реальний шлях для відтворення життєвих сил, творчості, гармонії. Вокалотерапія може бути активною та пасивною. Активна вокалотерапія - виконання творів самостійно. Пасивна вокалотерапія – прослуховування виконуваних творів.

Як показують дослідження, систематичні заняття вокалом є ефективним засобом лікування та відновлення голосового апарату студентів, що мають хронічні хвороби горла, голосових складок, а також зменшують надалі частоту гострих захворювань, попереджують професійні ускладнення у студентів музично-педагогічного факультету. Завдяки інтенсивній дихальній гімнастиці зміцнюються легені, лікуються бронхи; заняття вокалом стимулюють імунну, серцево-судинну та нервову системи, що має позитивних наслідків більш ніж у 80% випадків. Також заняття вокалом є профілактикою захворювань дихальної системи, охорони голосу; є дієвим засобом у зростанні вокально-звукової культури студентів, виступає регулятором професійного зростання фахівця; стає показником творчого самовираження студента, його виконавських та лекторських здібностей. Зусиллями сучасних педагогів, музикознавців, психотерапевтів створюються умови для широкого втілення вокало-терапії в систему освіти незалежно від наявності музичної освіти та вокально-звукових уподобань. Нарешті здійсниться мрія А.Макаренка, який писав: « Я вірю ми доживемо до того часу, що на всіх факультетах педвузів буде предмет постановки голосу». Оскільки постановка голосу – це складова вокально-звукової культури, то і вона буде обов'язково введена у вузівську практику викладання.

В Україні визначається така тенденція розширення музикотерапії в педагогічну діяльність. Апробовуються певні форми й методи підготовки педагогів до використання музикотерапії в професійній діяльності. Так, у Полтавському державному педагогічному університеті імені В. Г. Короленка в процес професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів, педагогів-дефектологів та вихователів дошкільних закладів введені спецкурси та курси „Естетотерапія» (з 2002 р.) і „Психолого-педагогічна терапія» (з 2004 р.), де

музикотерапія вивчається в рамках самостійного тематичного розділу (О. А. Федій); у Запорізькому національному університеті для студентів педагогічних спеціальностей створений сучасний курс „Соціально-психологічна реабілітація засобами музики (музикотерапія)» (Г. В. Локарева). Проводяться науково-практичні конференції з музикотерапії як соціально-психологічної реабілітації (м. Запоріжжя) та навчально-методичні семінари з музичної психології та музикотерапії для вчителів музики і практичних психологів загальноосвітніх закладів (Б. М. Грицишин, м. Івано-Франківськ, Обласний інститут післядипломної педагогічної освіти); запроваджений міжнародний проект гармонійного розвитку людини в процесі пізнання нею світу та його законів через музикотерапевтичну медико-педагогічну технологію „Гармонія інтелекту і здоров'я «ПіснеЗнайка»» (м. Київ, 2002 р.).

Отже, впровадження вокалотерапії створює оптимальні умови на відтворення та корекції фізичного стану майбутнього вчителя, впливає на емоційну функцію організму, на підвищення професійного рівня майбутнього вчителя.

Література

1. Гриньова В.М. *Формування педагогічної культури майбутнього вчителя (теоретичний та методичний аспекти)*. – Харків, 1998. – 399с.
2. Діоген Лаэртский *О жизни, учениях и изречениях знаменитых философов*. – М.: Наука, 1979. – 351с.
3. Петрушин В. И. *Музыкальная психология*. – М.: Владос, 1997. – 383с.

УДК 784.71.036(=161.2)

Чедрик В. Ю.

СТРІЛЕЦЬКА ПІСНЯ ЯК ПЕРШОДЖЕРЕЛО УКРАЇНСЬКОГО БАРДІВСЬКОГО МИСТЕЦТВА

В статтє представлен краткий обзор музыкального наследия украинских композиторов - сечевых стрельцов. Рассматривается история создания УСС, зарождение и развитие украинской бардовской песни, ее популярности и значение. Стрелецкие песни своим языком, содержанием и духом стали частью духовного возрождения украинского народа.

Ключевые слова: *украинские сечевые стрельцы, композиторы-песняры, песня - символ освободительной борьбы, песня-реквием, «Слова и музыка УСС», тематический материал произведений крупной формы.*

This article provides a brief overview of the musical heritage of Ukrainian composers - Sich riflemen. Consider the history of the USS origin and development of Ukrainian bard, its popularity and importance. Shooting a song in their language, content and spirit are part of the spiritual revival of the Ukrainian people.

Keywords: *Ukrainian Sich-riflemen, composers-pesnyary, song - a symbol of the liberation struggle, the song-requiem "Words and Music of USS", thematic material big compositions.*